**COLLEGE LEON DELAGRANGE NEUVILLE AUX BOIS - SOCLE COMMUN ET EPS**

**6ème 5ème 4ème 3ème**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Domaine 1 C1** | **D1-C1 :** e**mployer un vocabulaire juste et précis ; écouter et prendre en compte ses interlocuteurs**  **CG1 : adapter sa motricité à des situations variées**  **Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité** |  | **D1-C1** : **écouter et prendre en compte ses interlocuteurs**  **Apprendre à s'exprimer et communiquer par les arts**  **Justifier ses intentions, ses choix en s'appuyant sur des notions d'analyse d'oeuvres**  **CG1 : Communiquer des intentions et des émotions avec son corps devant un groupe**  **Utiliser un vocabulaire adapté pour décrire la motricité d'autrui et la sienne** |  |
| **APSA** | **Lutte** |  | **Arts du cirque (EPI)** |  |
| **CA** | S’engager en toute sécurité dans un combat **grâce à la maîtrise spécifique du vocabulaire**. Rechercher le gain de la rencontre par l’utilisation de contrôles et formes de corps sur un adversaire gardant ses appuis au sol **et adapter ainsi sa motricité grâce à un retour clair d'un observateur.**  Assurer le comptage des points et le respect des règles de sécurité. |  | A partir d' **une oeuvre**, composer et présenter un numéro collectif incorporant à un jeu d'acteur, des éléments simples de la famille jonglerie et acrobatie **afin de transmettre une émotion aux spectateurs. Les choix sont justifiés artistiquement.**  **Apprécier la prestation grâce à des indicateurs simples permettant en retour une amélioration du numéro.**  **Etre à l'écoute et prendre en compte de ses interlocuteurs.** |  |
| **Domaine 1 C3** | **D1-C3** : description, caractérisation des objets qui nous entourent  **Lire un plan, se repérer sur une carte**  **CG1** : mobiliser différentes ressources pour agir de manière efficiente | **D1-C3 : Communiquer sur ses démarches, ses résultats, ses choix**  CG1 : Verbaliser les sensations ressenties  Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficience |  |  |
| **APSA** | **Course d'orientation** | **Course d'orientation** |  |  |
| **CA** | **Savoir se repérer dans l'espace à l'aide d'une carte**, afin de choisir et conduire un déplacement pour trouver des balises, en utilisant essentiellement des lignes directrices simples dans un milieu nettement circonscrit. Gérer l’alternance des efforts. Respecter les règles de sécurité et l’environnement**.** | Construire et conduire un déplacement au regard de ses capacités, en s'appuyant sur les éléments de la carte et du terrain. **Réguler son projet de déplacement par l'analyse collective de ses erreurs ou réussites**.  Respecter l'environnement et gérer la sécurité de façon co-responsable. |  |  |
| **Domaine 1**  **C4** | **D1-C4 : apprendre le contrôle et la maîtrise de soi**  **CG1 : adapter sa motricité à des situations variées** |  | **D1 -C4** : **comprendre**, **s'exprimer en utilisant les langages des arts et du corps**  **CG1 : Communiquer des intentions et des émotions avec son corps devant un groupe**  **Utiliser un vocabulaire adapté pour décrire la motricité d'autrui et la sienne** |  |
| **APSA** | **Lutte** |  | **Arts du cirque (EPI)** |  |
| **CA** | S’engager en toute sécurité dans un combat **grâce à la maîtrise spécifique du vocabulaire**. Rechercher le gain de la rencontre par l’utilisation de contrôles et formes de corps sur un adversaire gardant ses appuis au sol **et adapter ainsi sa motricité grâce à un retour clair d'un observateur.**  Assurer le comptage des points et le respect des règles de sécurité. |  | A partir d' **une oeuvre**, composer et présenter un numéro collectif incorporant à un jeu d'acteur, des éléments simples de la famille jonglerie et acrobatie **afin de transmettre une émotion aux spectateurs. Les choix sont justifiés artistiquement.**  **Apprécier la prestation grâce à des indicateurs simples permettant en retour une amélioration du numéro.**  **Etre à l'écoute et prendre en compte de ses interlocuteurs.** |  |
| **Domaine 2** | **D2** : intégrer l'**usage des outils informatiques de recherche d'information au service de la pratique physique**  **CG 2** : **Utiliser des outils numériques pour observer, évaluer, et modifier ses actions** | **D2 : Mettre en oeuvre les capacités d'attention, de concentration, de mémorisation, de mobilisation des ressources, de gestion de l'effort grâce au numérique**  **CG2 : Préparer-planifier se représenter une action avant de la réaliser**  **Répéter un geste sportif pour le stabiliser et le rendre plus efficace** | **D2** : **Gérer un projet** individuel et collectif en **planifiant les tâches, fixant les étapes, et évaluant l'atteinte des objectifs**  **CG2 : préparer-planifier-se représenter une action avant de la réaliser** |  |
| **APSA** | **Gymnastique** | **Gymnastique** | **Multi-athlé** |  |
| **CA** | Dans le respect des règles de sécurité, sur un parcours, enchaîner un ensemble d'éléments gymniques simples maîtrisés, illustrant les actions « tourner, se renverser ».  Aider un camarade à réaliser un élément simple. **Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples en utilisant un support vidéo pour modifier ses actions** | **Concevoir** et présenter un enchaînement maîtrisé de 3 séries de 2 éléments gymniques combinant les actions de «sauter, tourner, se renverser ». Aider, observer, conseiller et juger les prestations des autres. **Se juger et organiser son travail grâce à l'analyse numérique** | **Préparer et planifier son entraînement à deux** pour réaliser la meilleure performance possible dans au moins deux familles athlétiques dont un relais obligatoire.  S'organiser dans un groupe restreint pour assumer les rôles d'observateur, chronométreur, juge.  Savoir s'échauffer en relation avec l'APS et l'effort demandé. |  |
| **Domaine 2** | D2 **: coopérer en développant le travail en groupe et le travail collaboratif à l'aide d'outils numérique**s, capacité à réaliser des projets  CG 2 : apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et celle des autres | **D2** :**Identifier un problème** et s'engager dans une démarche de résolution en mobilisant les connaissances nécessaires, **en analysant et en exploitant ses erreurs et en mettant à l'essai plusieurs solutions**  **CG2** : **construire et mettre en oeuvre des projets d'apprentissage individuels ou collectifs** | **D2** :**Identifier un problème** et s'engager dans une démarche de résolution en mobilisant les connaissances nécessaires, **en analysant et en exploitant ses erreurs et en mettant à l'essai plusieurs solutions**  **CG2** : **construire et mettre en oeuvre des projets d'apprentissage individuels ou collectifs** | **D2** :**Identifier un problème** et s'engager dans une démarche de résolution en mobilisant les connaissances nécessaires, **en analysant et en exploitant ses erreurs et en mettant à l'essai plusieurs solutions**  **CG2** : **construire et mettre en oeuvre des projets d'apprentissage individuels ou collectifs** |
| **APSA** | **Ultimate** | **Lutte** | **Tennis de table** | **Tennis de table** |
| **CA** | Dans un jeu à effectif réduit, rechercher le gain du match, **grâce à un travail collaboratif via l'aide d'observateurs et d'outils numériques**, et assurer la progression du disque vers la zone d'en-but adverse dans le cadre d'un projet de jeu simple pour se retrouver en situation favorable de marquer, face à une défense qui cherche à gêner.  Respecter les partenaires, les adversaires et les règles pour s'auto-arbitrer. | **Identifier ses points faibles grâce à un observateur et les analyser** pour trouver les solutions permettant le gain du combat, en exploitant des opportunités et en utilisant des formes d'attaque variées.  S'organiser au sein d'un groupe pour arbitrer, observer/conseiller. | **A partir de l'identification de ses points forts et faibles**, **rechercher la maîtrise des paramètres du jeu** relatifs à deux tactiques sur parmi trois (joué placé, vite et fort) afin d'obtenir le gain d'une rencontre. | **A partir d'indicateurs simples**, **identifier ses capacités et celles** **de son adversaire** pour exploiter les tactiques , jouer placé, vite, fort ou avec effets, combinées ou non et obtenir le gain du match.  Observer et **conseiller grâce à l'analyse des indicateurs objectifs.** |
| **Domaine 3** | **D3 : développer la confiance en soi et le respect des autres**  CG3 : Assumer les rôles sociaux aux différentes APS et à la classe → Assumer des rôles sociaux spécifiques | **D3: Comprendre et respecter les règles** communes  **Coopérer et faire preuve de responsabilité** vis-à-vis d'autrui  **CG3** : **respecter, construire et faire respecter règles** et règlements  **Accepter la défaite et gagner avec modestie** et simplicité  **Agir avec et pour les autres en prenant en compte les différences** | **D3** : **Prendre des initiatives**, entreprendre et **mettre en oeuvre des projets, après avoir évalué les conséquences de son action**  **CG3** : **prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif** pour **réaliser un projet** ou **remplir** un contrat | **D3** : **exploiter ses facultés intellectuelles et physiques en ayant confiance en sa capacité à réussir et à progresser**  **CG3** : **prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif** pour **réaliser un projet** ou remplir un contrat |
| **APSA** | **Multi-athlé** | **Ultimate** | **Hand** | **Hand** |
| **CA** | **Dans un esprit d'entraide**, réaliser la meilleure performance possible à deux, sur un 30 mètres plat puis en saut en longueur.  Mesurer et quantifier les performances.  **Assumer au sein d’un groupe restreint le rôle d’observateur et de chronométreur, juge permettant de développer des responsabilités variées source de confiance en soi.** | Dans un jeu à effectif réduit, **coopérer**  pour rechercher le gain du match en enchaînant des actions offensives basées sur l'alternative entre montée rapide et conservation du disque pour se retrouver régulièrement en situation favorable de marquer face à une défense organisée.  **Auto-arbitrer de manière autonome et fair-play.** | **Mettre en oeuvre un projet collectif** pour rechercher le gain du match **en s'organisant sur le terrain**  pour se retrouver régulièrement en situation favorable de tir en attaque et gêner l'adversaire en défense.  **Arbitrer et observer** dans le respect d'autrui. | **Grâce à la connaissance de ses capacités, mettre en oeuvre un projet collectif et s'organiser en fonction de celles-ci** pour rechercher le gain du match. Enchaîner des actions offensives basées sur l'alternative entre attaque placée et contre-attaque selon le placement de la défense pour se retrouver en situation favorable de tir. En défense, gêner ou stopper la progression adverse.  **Arbitrer. Observer et analyser les données pour permettre la progression et la réussite de l'équipe.** |
| **Domaine 4** | **D4** : comprendre les phénomènes qui régissent le mouvement  CG4 : **Adapter l'intensité de son engagement à ses possibilités** pour ne pas se mettre en danger | **D4** : comprendre les phénomènes qui régissent le mouvement et l'effort  **CG4** : **Connaître et utiliser des indicateurs objectifs pour caractériser l'effort physique** | **D4 : Etre conscient des enjeux de bien être et de santé des pratiques alimentaires et physiques**  **CG4 : Evaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors de l'école** | **D4 : Etre conscient des enjeux de bien être et de santé des pratiques alimentaires et physiques**  Comprendre phénomènes qui régissent les le mouvement et l'effort  **CG4 : connaître les effets d'une pratique régulière sur son état de bien-être et de santé**  **Connaître et utiliser des indicateurs objectifs pour caractériser l'effort physique** |
| **APSA** | **Natation longue** | **Multi-athlé** | **Demi-fond** | **Demi-fond** |
| **CA** | A partir d’un départ plongé ou dans l’eau, réaliser sur une durée de 6 minutes, la meilleure performance possible en alternant nage ventrale et dorsale **en fonction de ses capacités** et en optimisant l’équilibre, la respiration et les phases de coulée. **Prévoir la distance à réaliser en 6'et la comparer avec la distance réellement parcourue.** Respecter les règles de sécurité et d’hygiène. Assumer le rôle d’observateur | **Connaître et analyser ses performances** en vitesse et lancer de vortex pour réaliser la meilleure performance possible à deux dans les deux épreuves.  Assumer au sein d'un groupe restreint le rôle d'observateur, de chronométreur et de juge.  Maîtriser un échauffement général. | **Planifier et respecter un projet d'entraînement** **en évaluant l'atteinte des objectifs** pour réaliser une performance optimale lors de l'enchaînement de deux courses de durées et d'intensités différentes.  Observer son camarade et le renseigner pour contribuer à sa réussite. | **Etablir une stratégie de course pré-établie.** Par deux,concevoir et mener un projet d'entraînement et d'échauffement personnalisé pour réaliser une performance optimale lors de l'enchaînement de deux courses de durées et d'intensités différentes.  Renseigner et conseiller efficacement son camarade pour contribuer à sa réussite. |
| **Domaine 4** | **D4 : s'approprier les principes de santé, sécurité, hygiène de vie**  **CG4 : Adapter l'intensité de son engagement à** ses possibilités pour ne pas se mettre en danger |  |  | **D4** : comprendre les phénomènes qui régissent le mouvement et l'effort  **CG4** : **Connaître et utiliser des indicateurs objectifs pour caractériser l'effort physique** |
| **APSA** | **Savoir nager** |  |  | **Multi-athlé (EPI)** |
| **CA** | Test |  |  | Faire les meilleurs choix **grâce à l'utilisation d'indicateurs caractérisant l'effort physique**, et établir une stratégie à deux permettant de réaliser la meilleure performance possible dans au moins deux familles athlétiques dont un relais obligatoire.  S'organiser dans un groupe restreint pour assumer les rôles d'observateur, chronométreur, juge.  Savoir s'échauffer en relation avec l'APS et l'effort demandé. |
| **Domaine 5** | **D5** : élèves construisent une culture sportive et artistique  **CG 5 : s'approprier une culture artistique**  **Comprendre et respecter l'environnement des pratiques artistiques** | **D5** : **Mobilier son imagination et sa créativité** au service d'un projet collectif  **Justifier ses intentions, ses choix expressifs**  **Développer son jugement, son goût, sa sensibilité**  **CG5** : S'approprier, exploiter et savoir expliquer les principes d'efficacité d'un geste  **Acquérir les bases réflexives et critique** vis-à-vis d'un spectacle |  | **D5** : **engagement personnel, qualités des questionnements et d'interprétation**  **CG 5** : **S'approprier, exploiter et savoir expliquer les principes d'efficacité d'un geste**  **Acquérir les bases réflexives et critique vis-à-vis d'un spectacle** |
| **APSA** | **Danse (projet interdisciplinaire)** | **Danse (EPI)** |  | **Arts du cirque (EPI)** |
| **CA** | **A** **partir d'une oeuvre**, composer et présenter une **chorégraphie collective structurée avec un début, un développement, une fin clairement identifiés**, **en jouant sur les composantes du mouvement** pour donner su sens et de l'émotion au spectateur. Filmer pour analyser la prestation pour la faire évoluer.  Observer avec attention et apprécier avec respect les prestations. | **C**omposer, interpréter et présenter une chorégraphie collective en choisissant à plusieurs des procédés de composition et des formes corporelles variées et originales, **formalisés dans un projet justifié artistiquement**.  **Apprécier les prestations de façon argumentée** en s’appuyant sur différents supports. |  | **A partir d'un univers défini et questionné**, composer et présenter un numéro collectif s'inscrivant dans une démarche de création. Choisir et maîtriser des **éléments originaux** dans les familles circassiennes évoquant l'univers défini **grâce à un engagement personnel fort** afin de transmettre une émotion aux spectateurs.  **Apprécier la prestation grâce à un regard objectif et réfléchi** par la maîtrise d'indicateurs spécifiques. |